



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Teichmüller, Stephan

□□□: 19:18

□□: Erfurt

□□: 12.44 km/h

□□: 139

□□□□: 4:49 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 111 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 87 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 9(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde           | 2.00     | 9:37     | 4:48         | 8       | 3:02    | 87      | 3:38    | 2.00 | 9:37      | 4:48          | 26      |         | 86      | 3:37    |
| Leichtathletikh | 2.00     | 9:41     | 4:50         | 13      | 3:01    | 95      | 3:47    | 4.00 | 19:18     | 4:49          | 9       | 6:03    | 87      | 7:24    |